12.064 Záhradnícky sekaný rezeň
100 porcií

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
bravčové pliecko	5,00	5,00	6,00	6,00	7,00	7,00	8,00	8,00
vajcia	16	0,80	20	1,00	24	1,20	28	1,40
zelenina mrazená miešaná	3,00	3,00	3,50	3,50	4,00	4,00	4,50	4,50
cibuľa	0,20	0,15	0,30	0,25	0,30	0,25	0,50	0,45
strúhanka	0,80	0,80	1,00	1,00	1,20	1,20	1,40	1,40
soľ	0,05	0,05	0,12	0,12	0,15	0,15	0,20	0,20
korenie čierne mleté			0,01	0,01	0,02	0,02	0,02	0,02
olej	0,40	0,40	0,60	0,60	0,80	0,80	0,90	0,90
hmotnosť porcie v g	70		85		100		115	

Receptúra

Výrobný postup

Mäso umyjeme vcelku, pomelieme, pridáme rozmrazenú zeleninu, časť strúhanky, vajcia, soľ, korenie čierne mleté, očistenú, pokrájanú cibuľu a premiešame. Z hmoty formujeme rezne, ktoré obalíme v strúhanke. Uložíme do olejom vymasteného pekáča, potrieme olejom a v rúre upečieme.
Príloha: zemiaková kaša, zeleninový šalát alebo kompót.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	816	196	11,07	12,3	2,5	9,3	1,8	28,1	1,7	0,527	0,3	0,2	6,2	3,3
B	1033	248	13,36	16,0	3,7	11,5	2,1	35,5	2,0	0,616	0,3	0,2	7,3	3,9
C	1248	299	15,63	19,7	4,9	13,7	2,5	41,8	2,4	0,706	0,4	0,2	8,4	4,5
D	1428	343	17,92	22,4	5,5	15,9	2,8	48,8	2,7	0,796	0,4	0,3	9,6	5,2